

平成29年度  
生涯学習教室 寿昌大学

楽しく学ぶ



寿昌大学運営委員会



## 「活動寿命を延ばす」

寿昌大学学長 青 木 充 之

前日、山陰中央新報の“顔”欄にこんな記事が載った。「ゲームアプリを開発した 82 歳 若宮正子さん」。

米アップル社の iPhone 向けの「ひな壇」というアプリ。三人官女をはじめとしたひな人形を正しい位置に飾る高齢者向けのゲームだ。このアプリがアップルの最高経営責任者クックの目にとまり、昨年同社の会議に招待された。国内でも話題となり、政府の有識者会議「人生 100 年時代構想会議」のメンバーにも選ばれ、国連でも演説した。

若宮さんは、東京の大手銀行の中枢で働いた後、インターネットに凝り、75 歳でピアノを、81 歳でプログラミングを始めた。そして、1 年足らずでこのアプリを作った。

「人生 100 年時代を迎え、健康寿命だけでなく(新しい分野に挑戦する)活動寿命を延ばしていく必要がある。80 の手習いなんて当たり前ですよ」と若宮コンピューターおばあちゃんと言う。

私も、80 歳を超えた。寿昌大学や自然保護関係を含めて 10 種類程度のお役をもらっている。これらの連絡や資料作りには、スマートフォンやパソコンを駆使して行う。また、出西コミセンの企画「出西生活便利マップ」や「出西ふるさとガイド」、「写真集・私の好きな出西」の企画、レイアウトに関わったり、現在 5 種類のホームページを作成し運営、更新している。結構多忙である。

パソコンに長時間向かうことは、目や頭に悪いという人がある。しかし、私には何の苦にもならない。パソコンで仕事をするには、技術やセンスが要る。頭や手先を使うことによって認知機能の衰えを遅延させ、むしろ活性化を促すと私は思っている。

私の健康法は、スマートフォンやパソコンにあると言っても過言ではない。

2018. 2. 27 パソコンの前で

## 平成 29 年度 寿昌大学 学習内容&アンケートから



第 1 回(開講式) 平成 29 年 6 月 13 日(火)

「出雲国風土記の語る『出雲郡』」

講師:荒神谷博物館館長 藤岡 大拙 氏

### 【内容】

出雲国風土記に記されている現在の斐川地域を中心とした「出雲郡」について、荒神谷博物館館長の藤岡大拙氏にお話しいただきました。現在の地名の由来など少し難しい内容にも関わらず、わかり易く解説していただきましたので、1300年前の時代に思いを馳せながら、自然とお話に引き込まれていきました。



### 【アンケート】

- ・今まで勉強していない事でしたので、改めて地名など知りました。
- ・出雲国風土記を詳しく説明していただき、斐川町、平田市、大社町の地名を知ることができました。
- ・地名など無くさず大切にしなければと思いました。それぞれ意味があるんですね。

《平成 29 年度も歌と体操、お茶席を設けていただいた皆さま、ご協力ありがとうございます》



▲歌と体操（左：村上さん、右：杉原さん）



▲斐川町茶道会の皆さんのお茶席



## 学習内容（２）



### 第2回 平成 29 年 7 月 22 日(土)

「あなたのおなかに『がん』が潜んでいるかも？」

講師：出雲市立総合医療センター

診療部長 駒澤 慶憲 氏

「胃がん・大腸がんの治療は痛くない？」

講師：出雲市立総合医療センター

副診療部長 結城 美佳 氏

#### 【内容】

がんは治る病であり、早期発見には検診が重要であることを写真や動画を見ながら、詳しく聞かせていただきました。少し怖いと思われた話も、2人の先生ともにユーモアを交え、現在の医療技術についても分かり易く説明され、笑いに包まれた楽しい講座になりました。



#### 【アンケート】

- ・怖いガンの話を明るく、楽しく話して頂いて、とても良かったです。定期検診の大切さを再認識したところです。
- ・早期発見のため、顔や名前、話を聞いたことがある先生がおられるのは安心。

### 第3回 平成 29 年 8 月 18 日(金)

「良い顔をつくる」

講師：花園学園学園長 松井 宗益 師

#### 【内容】

人間に生まれてきた素晴らしさに改めて感謝し、縁を生かしながら、前向きに生きる事で良い顔がつけられていくことを教えていただきました。難しく考えてしまう内容を例え話やご自身の体験談を交え、面白くお話しいただき、終活にも役立つお話であったことから学ぶことの多い講座となりました。



#### 【アンケート】

- ・人間の命のありがたさ、幸せに生きる素晴らしさが良く分かるお話しで良かったです。
- ・自分だけでなく、みんなが幸せな日々が送れるような人生でありたいと思います。
- ・自分もこれからの人生前向きに良い顔で生きていこうと思いました。

第4回 平成 29 年 9 月 12 日(火)

「松江城 国宝の決め手」

講師:松江歴史館 専門官

宍道 正年 氏

【内容】

松江城が国宝になった決め手や松江城の構造、松江藩のお殿様の話などについて、松江歴史館専門官の宍道正年氏にお話いただきました。国宝の決め手は、発見された祈祷札だけではなかったことなど、資料本4冊を使用して詳しくご説明していただき、好評であったことから講演後には多くの方が資料本を買い求められました。



【アンケート】

- ・多くの資料を使いながらの講義で非常にわかりやすかった。改めて松江城の国宝としての価値が理解できた。
- ・札が国宝の原因とっていましたが、柱が重要なものだったとわかりました。
- ・少々難しかったですが、よくわかるように話してもらいよかったです。

第6回 平成 29 年 11 月 18 日(土)、19 日(日)

斐川文化祭(しまね映画祭) 共催:斐川文化協会

前売券 800 円/日

【内容】

☆18 日 (土)

大江戸五人男 (1951 年) 銭形平次捕物控 (1953 年)

旗本退屈男 (1958 年) 赤穂浪士 (1961 年)



大江戸五人男

☆19 日 (日)

この世界の片隅に (2016 年)

長編アニメーション映画

壬生義士伝 (2004 年 東宝)

出演: 中井貴一

佐藤浩市ほか



上映会場の様子



## 学習内容（４）

第5回 平成 29 年 10 月 26 日(木)

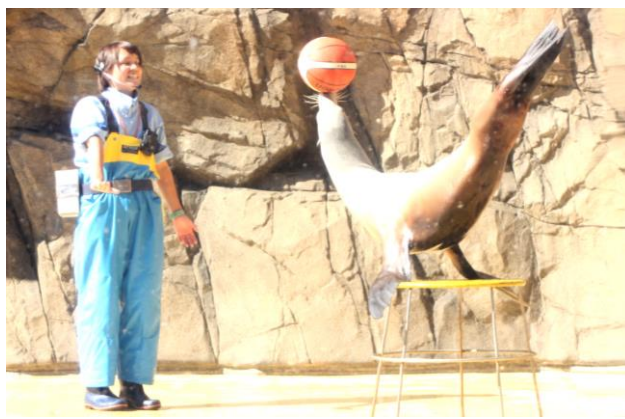
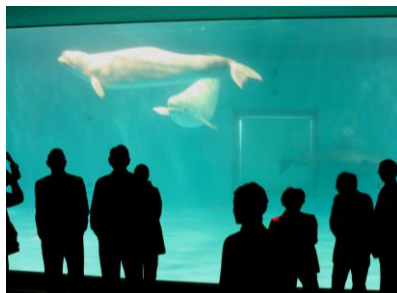
「社会見学」

しまね海洋館『アクアス』

（江津・浜田市方面）

【内容】

しまね海洋館『アクアス』のアシカパフォーマンスでは、ボールを乗せたり、ジャンプする姿などを見て能力の高さを感じ、アザラシとの見分け方も学びました。アザラシのなかよしタイムは柵がなく、間近で見ながら体のヒミツを教えてもらい、楽しく生態を学ぶことができました。



また、平成 27 年に生まれたシロイルカの赤ちゃん《ミーリャ》も大きく成長して、元気に泳いでいましたし、数多くの種類のペンギンがいるペンギン館は見ていだけで癒される空間でした。

その後は、国民宿舎「千畳苑」で、お魚料理を中心としたおいしい昼食をいただきました。お昼休憩はお土産を買う人、海岸を眺めながらのんびり過ごす人など、

各自がゆっくりとした時を満喫し帰路につきました。

浜田市からの帰路では、『和田珍味』と『キララ多伎』で休憩しましたが、各休憩場所でもたくさんのお土産を買いました。



第7回 平成 29 年 12 月 20 日(水)

「生バンド演奏」

共催：ひかわ寿昌クラブ連合会

～音楽で笑顔を届けます～ 演奏者：えくぼ

【内容】

エレキギター、サックス、ドラムなどの生演奏による演歌、Ｊポップ、洋楽などを聞いて楽しみました。昨年の演奏会と比べ曲目を大幅に変更したため、なかには歌いづらい曲もありましたが、演奏だけではなく人形劇、日本舞踊など多彩な演出もあり盛り上がりしました。



【アンケート】

- ・久しぶりの演歌、ベンチャーズ等楽しかったです。
- ・生バンドに合わせて歌うことの難しさを実感した。
- ・「若い広場」わからなかったけど、楽しい曲。リズムにのりました。

第8回 平成 30 年 1 月 16 日(火)

「認知症！それがどうしたオレはオレ」

講師：斐川高齢者あんしん支援センター 坂本 武 氏

特殊詐欺被害防止講座

講師：川田 ナツノ 氏

【内容】

認知症になった時に悲観するのではなく、充実した生活を送るために安心して外出



できる場所を見つける等、坂本武氏にお話しいただきました。以前には認知症予防などの講座も行いましたが、今回は認知症になった時のことを事前に勉強する機会となりました。

また、後半は特殊詐欺について、斐川町消費者問題研究会の川田ナツノ氏にお話しいただきました。様々な手口を使った詐欺が発生していますので家庭内でも情報を共有しましょう。



【アンケート】

- ・いつかは？なんてちょっと淋しくなったけど、前向きでいこうかなと思いました。
- ・あの手この手の消費者問題にいつ自分がまき込まれるか心配です。すぐ信じないことでしょうか。



## 学習内容（６）

### 第9回（閉講式）

平成 30 年 2 月 14 日（水）

#### 【内容】

##### ●閉講行事

・野口副市長の講演

・皆勤賞 8 人

精勤賞 27 人 表彰

代表：長谷川 房夫さん（出西）

・もう一度歌いたい今月の歌

リクエスト 3 曲

『北国の春』『みかんの花咲く丘』

『里の秋』

・振り返りスライド上映

「この一年の振り返り」

・閉講の言葉 青木学長

・フィナーレ（全体合唱）『薄紫の山脈（島根県民の歌）』、『ふるさと』



## 受講生の声

### 寿昌大学の楽しさ

小山町 佐々木 アヤ子

長い歴史の寿昌大学へ入学させて頂いて今年で4年、友達の影響にて気楽な気持ちで行き始めました。

最初の体操、その後の杉原先生の合唱で3曲歌った時点で気分爽快になります。何より歌う事が大好きな私は次回が楽しみになったのと、せめてもう1～2曲歌えたらと思う気持ちもあります。以前ありました島根県警の音楽隊のコンサートは若い隊員の方の独唱が大変素晴らしく、至福の一時に感謝しております。

藤岡大拙先生の講演は出雲弁が大変なつかしく子供の頃を思い出します。歴史について研究されているだけでなく、語り口も親しみやすいです。次回も楽しみにしていますので、よろしくお願い致します。

島根には安来節、関の五本松、出雲追分、石見神楽など、いろいろな伝統文化がありますが、地元にも聞く機会がだんだんと少なくなってきました。寿昌大学は卒業がありませんので、高齢者の私達にいつか聞かせて頂けたら嬉しく思います。

毎回出かけても夏は涼しく、冬はとっても暖かく、そして運営スタッフの皆様方にはとてもお世話になっております。今後ともよろしくお願い致します。ありがとうございました。



平成29年度 寿昌大学受講生名簿（敬称略）

■ 荘 原（62 人）

◎印は連絡員

◎持 田 幸 峰 昌 子 正 原 寿 美 杉 原 トミコ 昌 子 千 代 ◎昌 子 敬 造 昌 子 田鶴子 ◎渡 部 百美子 池 渕 一 枝 昌 子 泰 子 飯 野 明 代 ◎小松原 明 小松原 愛 子 小 村 素 之 小 村 律 子 吉 川 安 子	◎黒 田 佳 子 白 根 康 吉 白 根 百合子 那 波 鈴 子 ◎須 田 房 吉 宇賀田 耕 晃 須 田 晃 恵 山 根 瑞 恵 ◎富 岡 秋 美 梅 キミ子 玉 木 清 子 ◎原 千代子 杉 原 澄 子 飯 塚 筆 子 福 島 喜代枝 常 松 京 子	◎黒 田 一 男 篠 原 和 子 河 津 ミツ子 橋 添 千登世 佐 藤 洋 一 岩 成 文 子 伊 藤 俊 夫 ◎岡 志津江 小松原 正 己 池 田 文 子 高 橋 康 子 ◎福 間 忠 男 福 間 マサ子 ◎須 田 栄 子 須 田 澄 枝 ◎小 村 豊	◎錦 織 清 子 和田守 敏 子 ◎須 田 光 香 舟 木 恵津美 ◎前 田 博 子 平 野 輝 子 ◎須 田 哲 郎 ◎船 越 美恵子 ◎須 田 勝 治 ◎原 實 逸 ◎勝 部 憲 忍 ◎堀 井 輝 子 ◎建 部 光 徳 ◎池 渕 光 徳
--	--	---	---

■ 阿宮・出西（29 人）

◎保 科 昭 夫 梶 田 昭 次 山 田 幸 子 谷 本 一 郎 保 科 勝 雄 星 野 辰 夫 ◎池 田 幸 夫 青 木 千恵子	◎竹 下 勇 竹 下 百合子 ◎長谷川 房 夫 陰 山 英 一 陰 山 清 二 ◎上 田 覚 治 水 道 隆 明 江 角 隆 明	◎矢 野 武 信 矢 野 和 正 矢 野 英 夫 山 根 常 男 遠 藤 稔 雄 野 津 幸 雄 野 津 マスコ 青 木 弘	森 日出志 ◎原 芳 雄 ◎笠 谷 正 子 ◎樋 野 富美子 ◎樋 野 祐 吉
--	---	---	---

■ 伊波野（9 人）

◎内 藤 幸 子 岡 妙 子 勝 部 紀 子	石 川 正 男 石 川 和 子	◎中 尾 勇 中 尾 千代子	◎永 見 成 子 ◎林 勲
------------------------------	--------------------	-------------------	------------------

## 受講生名簿（2）

### ■直 江（25 人）

◎原 勉 原 邦 子 錦 織 誠 錦 織 桂 子 江 角 周 一 三 原 博 之 片 寄 利 行	川 島 涼 子 大 西 静 子 飯 塚 正 樹 福 間 健 三 眞 田 史 郎 土 江 政 基 北 脇 幸 生	笠 柄 一 雄 笠 柄 千穂美 小 島 光 郎 伊 藤 博 久 ◎柳 井 学 順 ◎江 角 美 代 ◎伊 藤 保 夫	◎長 安 弘 道 長 安 敦 子 奥 村 弘 子 濱 村 紀 美 枝
--	---	--	--

### ■久 木（28 人）

◎柿 本 明 代 玉 木 布 代 玉 木 誠 子 玉 木 一 枝 ◎勝 部 正 志 川 田 宣 男 川 田 イ ヨ	◎鶴 島 國 夫 鶴 島 澄 子 江 角 友 子 角 紀 美 清 谷 富 士 ◎多久田 達 雄 多久田 志 津	◎児 玉 百 合 富 岡 厚 子 ◎金 築 明 雄 金 築 イ キ 小 村 純 子 菖 蒲 一 美 ◎遠 藤 泰 三	◎山 根 幸 夫 ◎三 村 恭 信 ◎勝 部 久 吉 勝 部 久 美 ◎岩 谷 芙 二 ◎神 門 久 子 ◎原 正 惠 雄
---	---	--	---

### ■出 東（47 人）

◎足 立 成 久 勝 部 清 治 松 崎 久 一 金 森 義 隆 原 隆 治 ◎高 橋 万 喜 ◎福 田 京 子 福 田 久 福 田 勝 子 高 木 文 子 井 上 幸 子 福 田 敏 雄	◎杉 谷 弘 杉 谷 明 子 ◎松 本 久 枝 石 川 正 子 ◎中 島 絹 夫 星 野 啓 市 錦 織 孝 吉 長 岡 益 子 福 間 耕 治 森 山 螢 子 ◎面 代 明 子 古 川 恵 子	◎大 場 邦 子 錦 織 充 郎 倉 橋 嘉 子 大 場 幸 子 古 川 由 紀 西 村 つ や 尾 原 一 子 吉 川 豊 子 玉 木 房 子 古 川 美 弥 ◎桑 原 一 郎 ◎勝 部 幸 恵	◎岡 田 熊 吉 岡 田 政 子 和田 守 京 子 ◎古 川 功 子 古 川 直 子 錦 織 久 子 ◎尾 原 時 夫 ◎古 川 年 恵 ◎堀 内 徹 ◎山 根 照 子 ◎森 脇 固
---	--	---	---

### ■斐川以外（16 人）

◎杉 原 周 太 杉 原 千 恵 杉 原 捷 次 杉 原 直 美	佐々木 アヤ子 ◎岡 幹 夫 片 寄 邦 彦 ◎松 原 雅 宣	◎武 田 洋 治 ◎榎 原 政 治 榎 原 文 代 ◎河 原 和 子	◎今 田 博 巳 今 田 弥 生 ◎池 尻 巖 ◎香 川 恭 子
---	--	---	---

※連絡員の皆様には、一年間大変お世話になり、誠にありがとうございました。



## ■皆勤賞（8人）敬称略

黒田 一男（荘原） 福島喜代枝（荘原）	杉原 澄子（荘原） 長谷川房夫（出西）	江角美代子（直江） 柿本 明代（久木）	福田 京子（出東） 杉原 周太（町外）
------------------------	------------------------	------------------------	------------------------

※精勤賞は27人でした。（お名前は紙面の都合により省略させていただきます。）

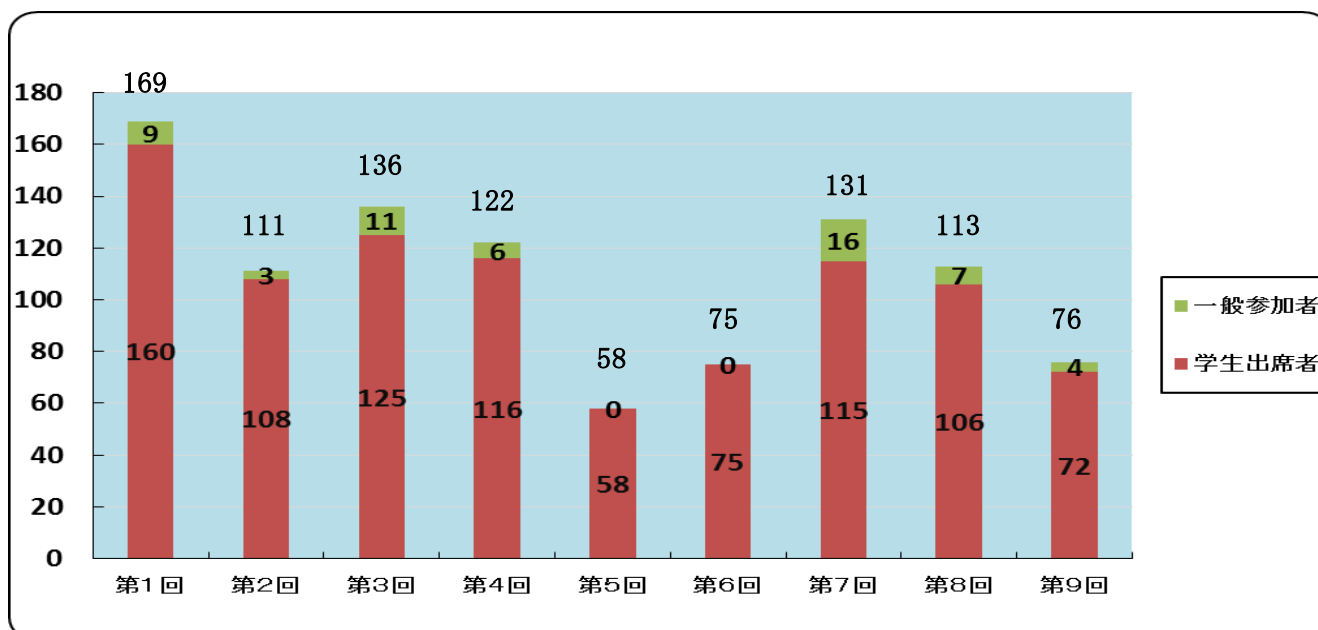
## ■地区別受講生数

地 区	男	女	計
荘 原	22人	40人	62人
阿宮・出西	23人	6人	29人
伊波野	3人	6人	9人
直 江	16人	9人	25人
久 木	10人	18人	28人
出 東	19人	28人	47人
斐川以外	9人	7人	16人
合 計	102人	114人	216人

## ■出席者数

単位：人

	第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6回	第7回	第8回	第9回	合 計
学生数	215	215	215	216	216	216	216	216	216	
学生出席者	160	108	125	116	58	75	115	106	72	935
一般参加者	9	3	11	6	0	0	16	7	4	56
参加者合計	169	111	136	122	58	75	131	113	76	991





平成 29 年度 寿昌大学社会見学 「しまね海洋館『アクアス』」平成29年10月26日 ①号車



平成 29 年度 寿昌大学社会見学 「しまね海洋館『アクアス』」平成29年10月26日 ②号車

## 寿 昌 大 学 運 営 委 員 会

事務局：出雲市役所斐川支所地域振興課

〒699-0592 出雲市斐川町莊原 2172

TEL (0853) 73-9000 FAX (0853) 73-9222